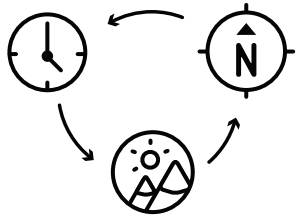
pt

SUUNTO CORE

MANUAL DO UTILIZADOR

MODOS E VISUALIZAÇÕES



HORA

- data
- segundos
- hora dupla
- nascer e pôr do Sol
- cronómetro
- temporizador
- vazio

BÚSSOLA

- hora
- pontos cardeais
- orientação

ALTI & BARO

altímetro

- gravador de registos
  - registar diferença de altura
  - registar subida
  - registar descida
- medidor da diferença de altitude
- temperatura
- vazio

barómetro

- temperatura
- gravador de registos
- referÍncia para a altitude
- hora
- vazio

indicador de profundidade

- gravador de registos
- temperatura
- hora

CONTEÚDO DO MENU

memory
- alti-baro
- logbook
- rec. interval

time-date
- alarm
- countdown
- time
- dual time
- date

sunrise
- location
- region
- city

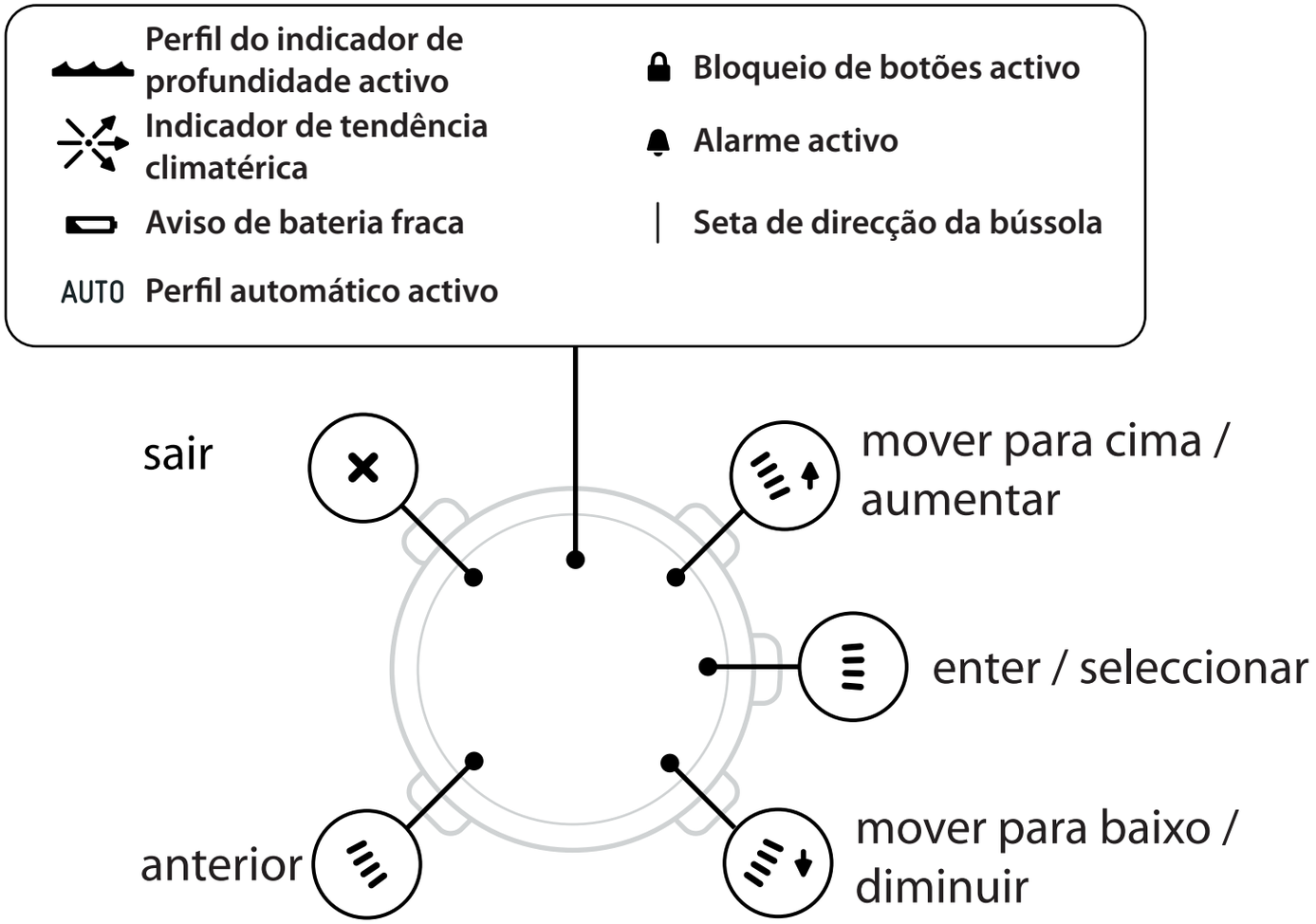
alti-baro
- reference
- profile
- storm alarm

compass
- declination

general
- button tone
- tone guide
- backlight
- language

units
- time
- date
- temperature
- air pressure
- altitude

SÍMBOLOS NO VISOR



1 Boas-vindas 5
2 Introdução 6
3 Definições gerais 7
3.1 Ajustar o comprimento da pulseira 7
3.2 Alterar unidades 7
3.3 Alterar as definições gerais 8
3.3.1 Tom dos botões 8
3.3.2 Guias de tons 8
3.3.3 Luz de fundo 9
3.3.4 Idioma 9
3.3.5 Activar bloqueio de botões 10
4 Utilizar o modo TIME 11
4.1 Alterar as definições de hora 11
4.1.1 Definir as horas 12
4.1.2 Definir a data 12
4.1.3 Definir hora dual 12
4.1.4 Definir horas do nascer e do pôr-do-sol 13
4.2 Utilizar o cronómetro 14
4.3 Utilizar temporizador 14
4.4 Definir alarme 15
5 Utilizar o modo ALTI & BARO 17
5.1 Como funciona o ALTI & BARO 17
5.1.1 Obter leituras correctas 17
5.1.2 Obter leituras incorrectas 18
5.2 Definir perfis e valores de referência 19

5.2.1 Fazer corresponder perfil à actividade 19
5.2.2 Definir perfis 20
5.2.3 Definir valores de referência 20
5.3 Utilizar o indicador de tendência climatérica 21
5.4 Activar alarme de tempestade 22
5.5 Utilizar o perfil altimeter 23
5.5.1 Utilizar o medidor de diferença de altitude 24
5.5.2 Gravar registos 24
5.6 Utilizar o perfil barometer 26
5.6.1 Gravar registos 28
5.7 Utilizar o perfil automatic 28
5.8 Utilizar o perfil depth meter 29
5.8.1 Gravar registos no perfil depth meter 30
6 Utilizar o modo COMPASS 32
6.1 Obter leituras correctas 32
6.1.1 Calibrar a bússola 32
6.1.2 Definir valor de declinação 35
6.2 Utilizar a bússola 36
6.2.1 Utilizar o bisel 36
6.2.2 Utilizar a orientação 37
7 Utilizar a memória 40
7.1 Memória Alti-Baro 40
7.2 Visualizar e bloquear registos 40
7.2.1 Visualizar registos 41
7.2.2 Bloquear e desbloquear registos 42

7.3 Escolher o intervalo de gravação 42
8 Substituir a pilha 44
9 Especificações 46
9.1 Dados técnicos 46
9.2 Marca comercial 47
9.3 Copyright 47
9.4 CE 48
9.5 Aviso de patente 48
9.6 Eliminação do aparelho 48
Índice 49

1 BOAS-VINDAS

"Há mais de 70 anos que a Suunto vem proporcionando informações precisas e de confiança aos seus consumidores. Os nossos instrumentos permitem que os utilizadores atinjam os seus objectivos de forma mais eficaz, e que tirem o máximo partido dos seus desportos. Os nossos produtos são, muitas vezes, muitos importantes para o utlizador. Assim, nós na Suunto orgulhamo-nos de manter os mais elevados padrões de qualidade para os nossos produtos. "

Fundada em 1936, a Suunto é o líder mundial em bússolas de precisão, computadores de mergulho e altímetros de pulso. Reconhecidos por montanhistas, mergulhadores e exploradores em todos os continentes, os instrumentos da Suunto Outdoor proporcionam uma dependabilidade, uma exactidão e um design lendário. Em 1987, a Suunto foi pioneira com o primeiro computador de mergulho, seguida pelo primeiro ABC de pulso em 1998. Ao proporcionar os mais recentes avanços em altímetros, GPS e instrumentos desportivos, a Suunto continua a ser a primeira escolha dos profissionais actuais das actividades em exteriores. Para obter mais informações sobre os instrumentos da Suunto Outdoor e sobre as pessoas que os utilizam, visite www.suunto.com.

2 INTRODUÇÃO

Este Manual do utilizador explica as funções do Suunto Core, como funcionam e como pode acessar às mesmas. Além disso, incluímos exemplos para ilustrar e como utilizar em situações reais.

Cada capítulo principal explica um modo e as respectivas visualizações. Fornece também informações sobre como definir e utilizar estes visores.

O Suunto Core proporciona leituras de tempo, pressão barométrica e altitude. Informações adicionais são fornecidas em cada leitura para que possa tirar o máximo proveito das suas actividades favoritas ao ar livre.

3 DEFINIÇÕES GERAIS

Antes de utilizar o seu Suunto Core, é preciso definir as unidades de medida e as definições gerais de acordo com a sua preferência. As definições gerais são alteradas em **MENU**.

3.1 Ajustar o comprimento da pulseira

Se for necessário ajustar o comprimento da pulseira de metal, contacte o relojoeiro mas próximo para que os ajustes sejam efectuados devidamente.

3.2 Alterar unidades

Em **UNITS** pode configurar as unidades de medida, que incluem:

- **TIME**: 24h/12h
- **DATE**: dd.mm/mm.dd (dia/mês ou mês/dia)
- **TEMPERATURE**: °C/°F (Celsius/Fahrenheit)
- **AIR PRESSURE**: hPa/inHg
- **ALTITUDE**: metros/pés

Para aceder a **UNITS** em **MENU**:

1. Aceda ao **MENU** mantendo o botão [Mode] premido no modo **TIME**, **ALTI & BARO** ou **COMPASS**.
2. Percorra o menu até **UNITS** com o botão [- Light].
3. Aceda através do botão [Mode].

Para alterar as unidades:

1. Em **UNITS**, percorra os itens da lista com os botões [+] e [- Light].
2. Aceda através do botão [Mode].

3. Altere os valores com os botões [+] e [- Light], aceite com [Mode].
4. Saia de **MENU** com o botão [Start Stop].

3.3 Alterar as definições gerais

Em **GENERAL** configurar as definições gerais, que incluem:

- **BUTTON TONE**: ligar/desligar
- **TONE GUIDE**: ligar/desligar
- **BACKLIGHT**: botão de luz/qualquer botão
- **LANGUAGE**: inglês, francês, espanhol, alemão

Para aceder a **GENERAL** em **MENU**:

1. Aceda o **MENU** mantendo o botão [Mode] premido no modo **TIME** , **ALTI & BARO** ou **COMPASS**.
2. Percorra o menu até **GENERAL** com o botão [- Light].
3. Aceda através do botão [Mode].

3.3.1 Tom dos botões

Em **BUTTON TONE** pode ligar e desligar o tom dos botões. É emitido um som dos botões sempre que premir um botão e confirmar uma acção.

1. Em **GENERAL**, seleccione **BUTTON TONE**.
2. Ligue e desligue o som dos botões com [+] e [- Light].

3.3.2 Guias de tons

Em **TONE GUIDE** ligar e desligar os guias de tons. Irá ouvir guias de tons quando:

- Alterar um valor de definição
- Definir o valor de referência de altitude
- Iniciar ou parar o gravador de registos

- Marcar um ponto de altitude enquanto grava registos
- Iniciar ou parar o cronómetro
- O dispositivo alterna entre o perfil **ALTIMETER** e **BAROMETER** quando está utilizando o perfil **AUTOMATIC**.

Para ligar e desligar os guias de tons:

1. Em **GENERAL**, seleccione **TONE GUIDES**.
2. Ligue e desligue os guias de tons com [+] e [- Light].

3.3.3 Luz de fundo

Em **BACKLIGHT** alterne entre duas funções diferentes de luz: qualquer botão e botão de luz.

Para seleccionar qualquer botão ou botão de luz:

1. Em **GENERAL**, selecione **BACKLIGHT**.
2. Alterne a luz de fundo entre **LIGHT BUTTON** e **ANY BUTTON** com [+] e [- Light].

Quando tiver seleccionado **LIGHT BUTTON**, poderá activar a luz de fundo com [- Light]. A luz de fundo é desligada automaticamente após 5 segundos. Se pretender ver a luz de fundo enquanto está no **MENU**, é necessário activá-la no modo **TIME, ALTI & BARO** ou **COMPASS** antes de aceder ao **MENU**. A luz de fundo ficará activada até sair do **MENU**.

Quando seleccionar **ANY BUTTON**, a luz de fundo é activada sempre que premir qualquer botão.

3.3.4 Idioma

Em **LANGUAGE** poderá escolher o idioma da interface do utilizador Suunto Core (inglês, alemão, francês ou espanhol).

Para escolher um idioma:

1. Em **GENERAL**, seleccione **LANGUAGE**.
2. Seleccione um idioma da lista com os botões [+] e [- Light].

3.3.5 Activar bloqueio de botões

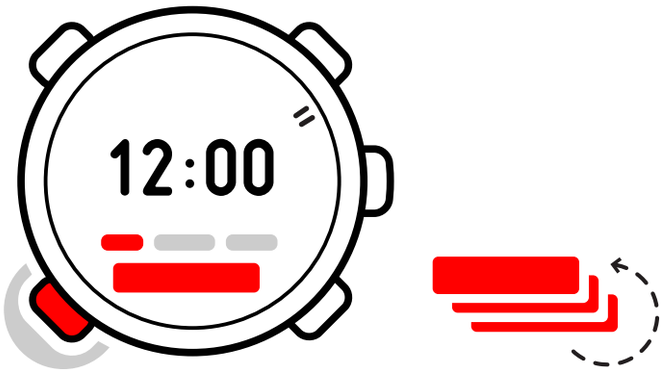
Pode activar e desactivar o bloqueio de botões mantendo o botão [-Light] premido. Quando o bloqueio de botões estiver activado, aparece um símbolo de bloqueio 🔒.

NOTA: *É possível alterar as visualizações e utilizar a luz de fundo quando o bloqueio de botões estiver activado.*

4 UTILIZAR O MODO TIME

O modo **TIME** diz respeito à medição do tempo.

TIME ALTI & BARO COMPASS



Com o botão [View] poderá percorrer pelas seguintes visualizações:

- Data: dia da semana e data actual
- Segundos: segundos como números
- Hora dual: horas noutro fuso horário
- Nascer e pôr-do-sol: hora do nascer e do pôr-do-sol num local específico
- Cronómetro: cronómetro desportivo
- Temporizador: toca um alarme quando tiver passado um período de tempo definido
- Vazio: sem visualização adicional

4.1 Alterar as definições de hora

Poderá alterar as definições de hora em **MENU**.

Para efectuar as definições de hora em **MENU**:

1. Aceda ao **MENU** mantendo o botão [Mode] premido.

2. Percorra o menu até **TIME-DATE** com o botão [- Light].
3. Aceda através do botão [Mode].

4.1.1 Definir as horas

Defina as horas em **TIME**.

Para definir as horas:

1. Em **TIME-DATE**, selecione **TIME**.
2. Altere os valores de hora, minuto e segundo com os botões [+] e [- Light].

4.1.2 Definir a data

Em **DATE** defina o mês, o dia e o ano.

Para definir a data:

1. Em **TIME-DATE**, selecione **DATE**.
2. Altere os valores do ano, mês e dia com os botões [+] e [- Light].

Para alterar o formato de apresentação da data, consulte *secção 3.2 Alterar unidades na página 7*.

4.1.3 Definir hora dual

Em **DUAL TIME** poderá definir a hora para um local num fuso horário diferente.

Para definir a hora dual:

1. Em **TIME-DATE**, selecione **DUAL TIME**.
2. Altere os valores de hora, minuto e segundo com os botões [+] e [- Light].

NOTA: *Recomendamos que defina a hora actual do local onde se encontra como a hora principal, dado que o despertador toca de acordo com a hora principal.*

Situação de vida real possível: Saber que horas são no seu país

Quando estiver viajando fora do seu País, defina a hora dual para a hora do seu país. A hora principal é a hora no local onde se encontra. Desta forma saberá a hora local e poderá rapidamente ver que horas são no seu país.

4.1.4 Definir horas do nascer e do pôr-do-sol

Em **SUNRISE** seleccione uma cidade de referência que o seu Suunto Core utiliza para o informar sobre as horas do nascer e do pôr-do-sol.

Para definir as horas do nascer e do pôr-do-sol:

1. Em **MENU**, selecione **SUNRISE**.
2. Percorra os locais com os botões [+] e [- Light].
3. Selecione um local com o botão [Mode].

NOTA: *Se quiser definir as horas do nascer e do pôr-do-sol para um local que não consta da lista do seu instrumento, seleccione outra cidade de referência do mesmo fuso horário. Seleccione a cidade mais próxima a norte ou a sul do seu local.*

Situação de vida real possível: Caminhar perto de Toronto

Quando estiver caminhando em Algonquin, um parque nacional enorme a norte de Toronto. E quiser saber quando o sol se põe, para que saiba quando deve começar a montar a tenda. Escolha "Toronto" como a sua cidade de referência do nascer e do pôr-do-sol. Agora o seu Suunto Core já lhe diz quando o sol se vai pôr.

4.2 Utilizar o cronómetro

O cronómetro mede o tempo. Tem uma precisão de 0,1 segundos.

Para utilizar o cronómetro:

1. No modo **TIME**, selecione o visor do cronómetro.
2. Inicie, pare e reinicie o cronómetro com o botão [Start Stop].
3. Mantenha o botão [+] premido para resetar o cronómetro.

Situação de vida real possível: Cronómetrar o percurso de 100 m

Alguém está a treinar para uma competição de atletismo e precisa saber quanto tempo demora para percorrer os 100 m. Inicia-se o cronómetro no instante que ele parte. Pare o cronómetro no instante em que passa pela linha de chegada. O resultado: 11,3 segundos. Muito Bom!

4.3 Utilizar temporizador

Em **COUNTDOWN** poderá definir o temporizador para efectuar uma contagem decrescente desde uma hora predefinida até zero. Quando atingir zero, emite um alarme. A predefinição é 5 minutos.

Para alterar o tempo predefinido da contagem decrescente:

1. Em **MENU**, seleccione **TIME-DATE**.
2. Seleccione **COUNTDOWN**.
3. Defina os minutos e segundos do temporizador (no máximo 59 minutos e 59 segundos).
4. Aceite com [Mode].

Para iniciar a contagem decrescente:

1. No modo **TIME**, seleccione o visualização do contador decrescente.

2. Inicie, pare e reinicie com o botão [Start Stop].
3. Mantenha premido o botão [+] para redefinir o temporizador.

Situação de vida real possível: Cozer ovos

Está a participar de uma expedição de caminhada. É de manhã. Acorda, sai da tenda e começa a fazer o pequeno-almoço na fogueira. Desta vez apetece-lhe ovos bem cozidos. Defina o temporizador para oito minutos, coloque os ovos na panela e espere que a água comece a ferver. Quando a água começa a ferver, active o temporizador. Quando os oito minutos tiverem passado, o Suunto Core emite o alarme. Et voilà! Ovos perfeitamente bem cozidos.

4.4 Definir alarme

Poderá utilizar o seu Suunto Core como um despertador.

Para aceder ao despertador e definir o alarme:

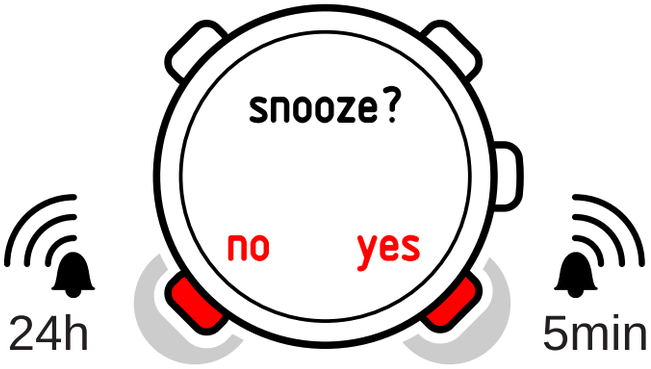
1. Em **MENU**, seleccione **TIME-DATE**.
2. Seleccione **ALARM**.
3. Ligue e desligue o despertador com [+] e [- Light].
4. Aceite com [Mode].
5. Utilize [+] e [- Light] para definir as horas e os minutos.

Quando o alarme estiver ligado, o símbolo é apresentado no visor.

Quando o despertador tocar, prima para tocar passados alguns minutos ou para o desligar.

Se escolher **YES** ou não fizer nada, o despertador pára e recomeça de 5 em 5 minutos até o parar. Pode fazer isto até 12 vezes num total de 1 hora. Se escolher **NO**, o despertador pára e recomeça à mesma hora do dia seguinte.

NOTA: *O símbolo de alarme fica intermitente quando a função de adormecimento estiver activada. Quando a função de adormecimento for desactivada, o símbolo de alarme pára de piscar.*



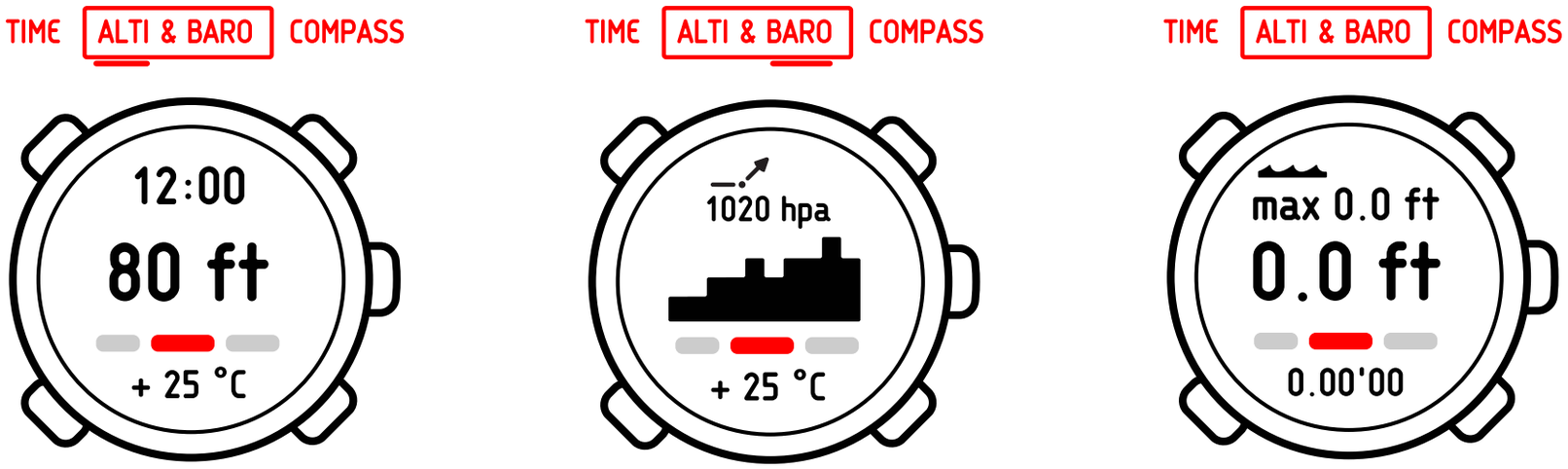
SUGESTÃO: *Quando a funcionalidade de adormecimento estiver ligada, pode desactivá-la no modo* ***TIME****, mantendo premido o botão [View].*

Situação de vida real possível: Acordar de manhã

Quer acordar cedo amanhã de manhã. Antes de ir para a cama, defina o despertador do seu Suunto Core para as 6:30. O alarme toca às 6:30 da manhã seguinte, mas pretende dormir mais 5 minutos. Escolha ***YES*** *quando o dispositivo lhe perguntar se pretende adormecer. Após 5 minutos o despertador tocará novamente. Desta vez, levante-se e comece a preparar-se com entusiasmo para a viagem. Cinco minutos podem fazer grande diferença!*

5 UTILIZAR O MODO ALTI & BARO

No modo **ALTI & BARO** poderá visualizar a altitude, pressão barométrica ou profundidade de mergulho atual. Ele proporciona quatro perfis: **AUTOMATIC**, **ALTIMETER**, **BAROMETER** e **DEPTH METER** (consulte *secção 5.2.2 Definir perfis na página 20*). Pode aceder a diferentes visualizações dependendo do perfil activado quando está no modo **ALTI & BARO**.



5.1 Como funciona o ALTI & BARO

Para obter as leituras certas de **ALTI & BARO**, é importante compreender de que forma o Suunto Core calcula a altitude e a pressão atmosférica ao nível do mar.

O Suunto Core mede constantemente a pressão atmosférica absoluta. Com base nesta medição e nos valores de referência, calcula a altitude ou a pressão atmosférica ao nível do mar.

5.1.1 Obter leituras correctas

Se estiver a participar de uma actividade ao ar livre para a qual é necessário saber a pressão atmosférica, tem que introduzir o valor de referência de altitude

para o local onde se encontra. Esta informação existe na maior parte dos mapas topográficos. O seu Suunto Core irá agora fornecer as leituras correctas.

Para obter as leituras correctas de altitude, é necessário introduzir o valor de referência da pressão atmosférica ao nível do mar. Poderá encontrar este valor de referência relevante para o local onde se encontra na secção meteorológica do jornal local ou em páginas de Internet dos serviços nacionais de meteorologia.

A pressão atmosférica absoluta é medida constantemente

Pressão atmosférica absoluta + referência de altitude = pressão atmosférica ao nível do mar

Pressão atmosférica absoluta + pressão atmosférica ao nível do mar = altitude

As alterações nas condições climáticas locais irão afectar as leituras de altitude. Se for habitual existirem mudanças climáticas locais, é aconselhável repor frequentemente o valor de referência de altitude atual, de preferência antes de começar o seu percurso quando os valores de referência estiverem disponíveis. Se as condições climáticas locais forem estáveis, não é necessário definir valores de referência.

5.1.2 Obter leituras incorrectas

Perfil ALTIMETER + estar parado + alteração climática

Se o perfil **ALTIMETER** estiver activado durante um longo período de tempo com o dispositivo num local fixo à medida que as condições climáticas mudam, o instrumento irá fornecer leituras de altitude incorrectas.

Perfil ALTIMETER + mudanças de altitude + alteração climática

Se o perfil **ALTIMETER** estiver activado e as condições climáticas alterarem frequentemente à medida que sobe ou desce em altitude, o instrumento irá fornecer leituras incorrectas.

Perfil BAROMETER + mudanças de altitude

Se o perfil **BAROMETER** estiver activado durante um longo período de tempo à medida que sobe ou desce em altitude, o dispositivo presume que está parado e interpreta as mudanças de altitude como alterações na pressão atmosférica ao nível do mar. Consequentemente, irá fornecer-lhe leituras incorrectas de pressão atmosférica ao nível do mar.

Situação de vida real possível: Definir o valor de referência de altitude

*Está no último dia da sua caminhada de dois dias. Percebe que se esqueceu de mudar do perfil **BAROMETER** para o perfil **ALTIMETER** quando iniciou a caminhada de manhã. Por isso sabe que as leituras de altitude actuais do seu Suunto Core estão erradas. Assim sendo, caminha para o local mais próximo indicado no mapa topográfico para o qual é fornecido um valor de referência de altitude. Corrige o valor de referência de altitude do Suunto Core da mesma forma. As leituras de altitude voltam a estar correctas.*

5.2 Definir perfis e valores de referência

5.2.1 Fazer corresponder perfil à actividade

Deve seleccionar o perfil **ALTIMETER** quando a sua actividade ao ar livre incluir mudanças de altitude (por exemplo, caminhadas em terrenos acidentados). Deve seleccionar o perfil **BAROMETER** quando a sua actividade ao ar livre não

incluir mudanças de altitude (por exemplo, surf e vela). Para obter as leituras correctas, é necessário fazer corresponder o perfil à actividade. Pode deixar que o Suunto Core decida qual o perfil que melhor se adequa a si no momento ou pode escolher um perfil adequado para si.

5.2.2 Definir perfis

Para definir o perfil:

1. Em **MENU**, seleccione **ALTI-BARO**.
2. Seleccione **PROFILE**.
3. Escolha um perfil adequado.

Em alternativa, pode definir o perfil no modo **ALTI & BARO** mantendo o botão [View] premido.

5.2.3 Definir valores de referência

Para definir o valor de referência:

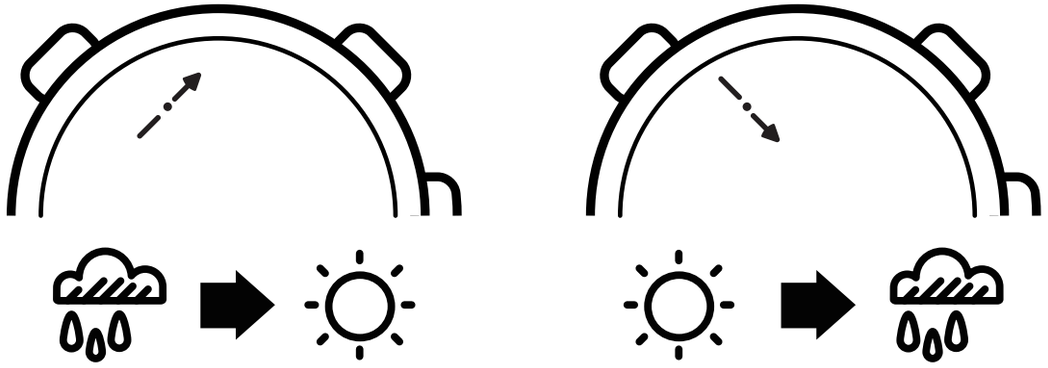
1. Em **MENU**, seleccione **ALTI-BARO**.
2. Seleccione **REFERENCE** e escolha **ALTIMETER** ou **SEA LEVEL**.
3. Defina o valor de referência com os botões [+] e [- Light].

Situação de vida real possível: Corrigir o seu valor de altitude

Está a caminhar e faz uma pausa quando vê um sinal com a altitude actual. Verifica a leitura de altitude do seu Suunto Core e descobre que existe uma pequena diferença entre os dois valores. Define o valor de referência de altitude no seu Suunto Core para que corresponda ao sinal.

5.3 Utilizar o indicador de tendência climatérica

O indicador de tendência climática encontra-se no lado superior do visor. É apresentado nos modos **TIME** e **ALTI & BARO**, proporcionando-lhe uma referência rápida para verificar as condições climática que se aproximam. O indicador de tendência climática é composto por duas linhas que formam uma seta. Cada linha representa um período de 3 horas. A linha direita representa as últimas 3 horas. A linha esquerda representa as 3 horas anteriores às últimas 3 horas. Ou seja, a linha pode indicar 9 padrões diferentes na tendência barométrica.



	Situação há 3-6 horas	**Situação nas últimas 3 horas**
	Caiu bruscamente (>2 hPa/3 horas)	Descida acentuada (>2 hPa/3horas)
	Permaneceu estável	Subida acentuada (>2 hPa/3horas)

Subiu bruscamente (>2 hPa/3 horas)

Descida acentuada (>2 hPa/3horas)

SUGESTÃO: *Se o indicador de tendência climática apresentar uma subida constante da pressão atmosférica, existe uma maior possibilidade de melhoria climática em breve. Mas, se a pressão atmosférica estiver numa descida constante, existem uma maior possibilidade das condições climática piorarem.*

5.4 Activar alarme de tempestade

O alarme de tempestade notifica-o de que ocorreu uma quebra de pressão de 4 hPa, ou mais, durante um período de 3 horas. O Suunto Core activará um alarme e apresentará no visor, de forma intermitente, um símbolo de alarme durante 20 segundos. O alarme de tempestade só funciona quando tiver activado o perfil de **BAROMETER** no modo **ALTI & BARO**.

Para activar o alarme de tempestade:

1. Em **MENU**, seleccione **ALTI-BARO**.
2. Seleccione **STORM ALARM**.
3. Ligue e desligue o alarme de tempestade com [+] e [- Light].

SUGESTÃO: *Pode parar o alarme de tempestade premindo qualquer botão.*

Situação de vida real possível: Ser surpreendido por uma tempestade durante uma caminhada

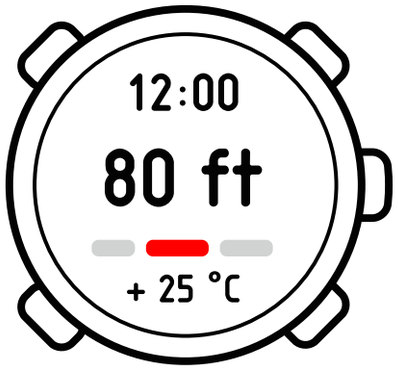
Está a caminhar numa floresta densa quando o Suunto Core activar o alarme de tempestade. O tempo piorou nas últimas 3 horas e o céu está a ficar escuro. Ainda

bem que o Suunto Core o avisou, porque necessita de encontrar um abrigo devido à chuva forte que poderá cair.

5.5 Utilizar o perfil altimeter

O perfil **ALTIMETER** calcula a altitude com base nos valores de referência. Os valores de referência podem ser a pressão atmosférica ao nível do mar ou um ponto anterior do valor de referência de altitude. Quando o perfil **ALTIMETER** está activado, a palavra **ALTI** aparece sublinhada no visor.

TIME ALTI & BARO COMPASS



Quando o perfil **ALTIMETER** está activado, pode aceder aos ecrãs a seguir apresentados com o botão [View]:

- Gravador de registos: grava as mudanças de altitude em registos
- Medidor da diferença de altitude: mede a mudança de altitude a partir de um ponto definido
- Temperatura: mede a temperatura actual
- Vazio: Sem informações suplementares

5.5.1 Utilizar o medidor de diferença de altitude

O medidor de mudança de altitude apresenta a diferença de altitude entre um determinado ponto e a sua posição actual. Esta função é especialmente útil para escalada, por exemplo quando quer verificar o seu progresso em termos de altitude escalada.

Para utilizar o medidor de mudança de altitude:

1. No modo **ALTI & BARO**, seleccione o visor do medidor de diferença de altitude.
2. Inicie, pare e reinicie com [Start Stop].
3. Mantenha premido o botão [+] para redefinir.

Situação de vida real possível: Medição da sua escalada

Vai começar a escalar uma montanha com 3.280 pés (1000 m) de altura. Pretende verificar o seu progresso à medida que escala. Para isso, active o medidor da diferença de altitude no seu Suunto Core. Começa a escalada verificando, de tempos a tempos, a sua altitude para ver quanto falta para o próximo ponto intermédio. A dada altura começa a ficar cansado. Verifica a sua altitude e percebe que ainda lhe falta escalar muito. Talvez necessite de repensar o seu próximo ponto de controlo.

5.5.2 Gravar registos

O gravador de registos guarda todos os movimentos em altitude desde o tempo de início até ao tempo de paragem. Se estiver a particiar numa actividade que inclui mudanças de altitude, pode registar essas alterações e visualizar posteriormente as informações guardadas.

Pode também definir marcas de altitude, que lhe permitam visualizar a duração e a altura da subida/descida entre a marca anterior e a marca actual. As suas marcas são guardadas na memória podendo acedê-las posteriormente.

Para gravar um registo:

1. No modo **ALTI & BARO**, seleccione o visor do gravador de registos.
2. Inicie, pare e reinicie com [Start Stop].
3. Quando estiver a gravar um registo, defina as marcas com o botão [+].
4. Mantenha premido [+] para redefinir (esta acção só pode ser efectuada quando o gravador estiver parado).

Registar diferença de altura: apresenta a diferença da altitude medida entre um ponto de partida do registo e um ponto de chegada do registo através dos seguintes ícones:

Nas visualizações adicionais:

▲ É apresentado quando está a uma altitude superior ao ponto de partida.

 É apresentado quando está à mesma altitude que o ponto de partida.

▼ É apresentado quando está a uma altitude inferior ao ponto de partida.

É apresentado quando visualiza o total da subida desde o início do registo.

É apresentado quando visualiza o total da descida desde o início do registo.

Os pontos de altitude são gravados de acordo com o intervalo de gravação que escolheu (consulte *secção 7.3 Escolher o intervalo de gravação na página 42*).

Para alterar a frequência de gravação:

1. Em **MENU**, seleccione **MEMORY**.
2. Seleccione **REC INTERVAL**.
3. Altere a frequência de gravação com os botões [+] e [- Light].

NOTA: *É apresentada uma estimativa do tempo que pode gravar na parte inferior do visor quando percorre as frequências de gravação. A duração da gravação actual poderá variar ligeiramente consoante a actividade durante o período de gravação.*

Pode aceder ao histórico dos registos gravados, incluindo pormenores de registo, a partir de **LOGBOOK** em **MENU** (consulte *secção 7.2 Visualizar e bloquear registos na página 40*).

SUGESTÃO: *Quando tiver parado o gravador de registos, pode aceder ao livro de registos e visualizar as gravações actuais antes de repor o gravador.*

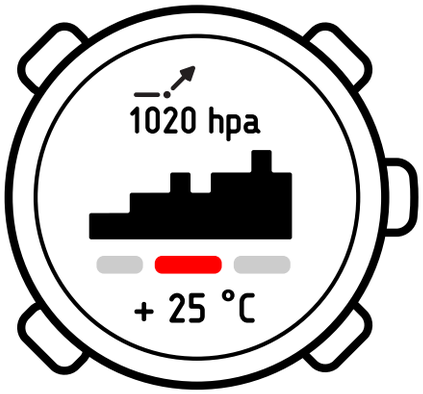
Situação de vida real possível: Gravar altitude

Vai iniciar outra caminhada na montanha. Desta vez, pretende gravar quanto sobe e desce de forma a poder comparar com os valores das caminhadas anteriores. Defina o Suunto Core para o perfil ***ALTIMETER*** *e inicie o gravador de registos quando começar a caminhada. Depois de terminar, pare o gravador de registos e redefina-o. Agora, pode compará-lo com os registos anteriores.*

5.6 Utilizar o perfil barometer

O perfil **BAROMETER** apresenta a pressão atmosférica ao nível do mar actual. Este valor tem como base os valores de referência fornecidos e a medição constante da pressão atmosférica absoluta. As alterações na pressão atmosférica ao nível do mar são apresentadas em gráfico a meio do visor. O visor apresenta a gravação das últimas 24 horas com um intervalo de gravação de 30 minutos.

Quando o perfil **BAROMETER** está activado, a palavra **BARO** aparece sublinhada no visor.



Quando o perfil **BAROMETER** está activado, pode aceder aos seguintes ecrãs com o botão [View]:

- Temperatura: mede a temperatura actual
- Gravador de registos: grava as mudanças de altitude em registos
- Referência de altitude: apresenta o valor de referência de altitude
- Hora: apresenta a hora actual
- Vazio: sem visualização adicional

NOTA: *Se estiver a utilizar o Suunto Core no pulso, necessitará de o retirar para obter uma leitura de temperatura precisa poque a sua temperatura corporal afectará a leitura inicial.*

Pode visualizar um registo de 7 dias de alterações na pressão atmosférica ao nível do mar na memória **ALTI-BARO** em **MENU** (consulte *7.1 Memória Alti-Baro na página 40*.)

Situação de vida real possível: Utilizar o perfil BAROMETER

Ainda está a caminhar e está a ficar cansado. Decide dormir um pouco e monta a tenda. Dado que a sua altitude não irá mudar durante algum tempo, active o

*perfil **BAROMETER**. Quando acordar, poderá verificar as alterações na pressão atmosférica ao nível do mar tendo atenção às condições climatéricas.*

5.6.1 Gravar registos

Quando gravar registos no perfil **ALTIMETER**, pode mudar para o perfil **BAROMETER** quando fizer uma pausa durante uma caminhada, por exemplo.

O gravador de registos continuará a gravar o registo, mas não irá gravar alterações na pressão atmosférica. Quando o perfil do barómetro estiver activado, o dispositivo presume que não se está a deslocar em altitude e, como tal, não irá gravar mudanças de altitude. E, consequentemente, o registo de altitude durante este período será liso. Para mais informações sobre o gravador de registos, consulte *secção 5.5.2 Gravar registos na página 24*.

Enquanto está no perfil **BAROMETER** é possível iniciar, parar e repor a medição de altitude.

Situação de vida real possível: Gravar registos no perfil BAROMETER

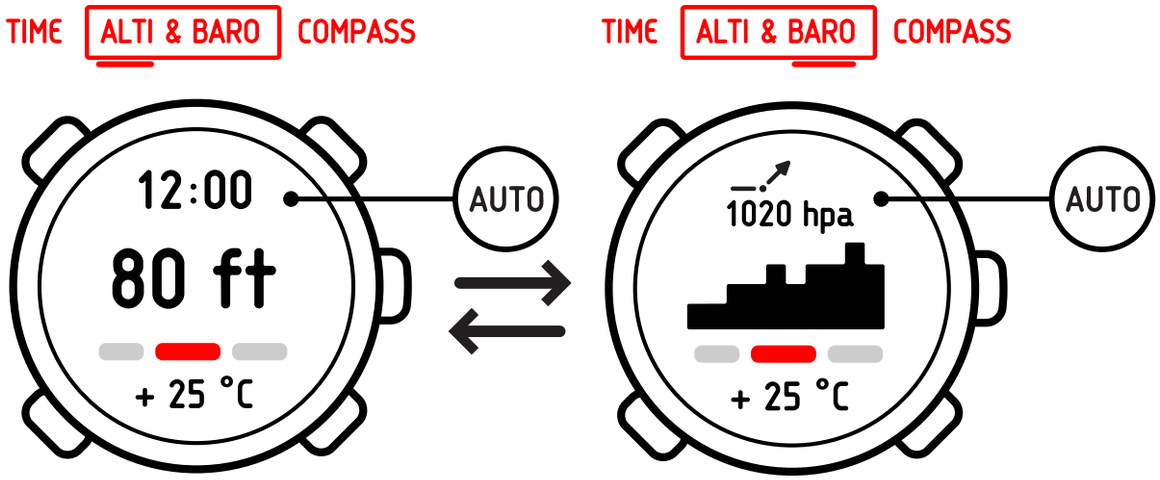
*Está a gravar as suas mudanças de altitude durante uma caminhada e decide fazer uma pausa maior. Muda para o perfil **BAROMETER**. Dado que a gravação do registo de altitude continua, mas não se verificam mudanças de altitude, acede ao ecrã do gravador de registos no perfil **BAROMETER** e pára a gravação do registo de altitude.*

5.7 Utilizar o perfil automatic

O perfil **AUTOMATIC** alterna entre os perfis **ALTIMETER** e **BAROMETER** de acordo com as suas movimentações. Quando o perfil **AUTOMATIC** estiver activado, o símbolo **AUTO** aparece no canto superior direito do visor. Consoante o perfil

que está activado, pode aceder aos ecrãs do perfil **ALTIMETER** ou **BAROMETER** com o botão [View].

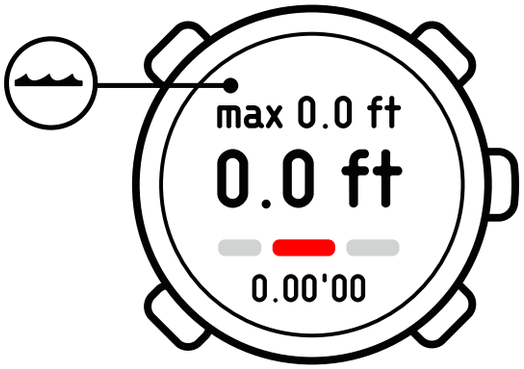
Quando o dispositivo se move 5 metros em altitude no prazo de 3 minutos, o perfil **ALTIMETER** é activado. Quando o dispositivo não se move em altitude no prazo de 12 minutos, o perfil **BAROMETER** é activado.



NOTA: *O perfil **AUTOMATIC** não deve estar sempre activado. Para algumas actividades, é necessário que o perfil **BAROMETER** esteja sempre activado mesmo que se esteja a movimentar (por exemplo, surf). Por outras palavras, em determinadas situações é necessário que escolha manualmente um perfil adequado.*

5.8 Utilizar o perfil depth meter

Utiliza o perfil **DEPTH METER** quando estiver a fazer mergulho. Neste modo, visualiza a profundidade actual e a profundidade máxima que atingiu durante um mergulho. A profundidade máxima do dispositivo é de 32,8 pés (10 m). Quando o perfil **DEPTH METER** estiver activado, o símbolo aparece no canto superior esquerdo do visor.



Quando o perfil **DEPTH METER** está activado, pode aceder aos seguintes ecrãs com [View]:

- Gravador de registos: grava os seus mergulhos
- Temperatura: mede a temperatura actual
- Hora: apresenta a hora actual

5.8.1 Gravar registos no perfil depth meter

O gravador de registos no perfil **DEPTH METER** funciona da mesma forma que no perfil **ALTIMETER**, mas em vez de gravar a altitude, grava a profundidade dos mergulhos.

Para gravar registos no perfil **DEPTH METER**:

1. No modo **ALTI & BARO**, seleccione o ecrã do gravador de registos.
2. Inicie, pare e reinicie com o botão [Start Stop]. Inicie o mergulho.
3. Quando voltar à superfície, reponha-o mantendo o botão [+] premido.

⚠ ***CUIDADO!*** *Não prima botões enquanto estiver com o dispositivo debaixo de água.*

NOTA: *É necessário repor o gravador de registos no perfil* ***ALTIMETER*** *antes de utilizá-lo no perfil* ***DEPTH METER****. Caso contrário, a profundidade máxima será a mesma que a altitude actual à superfície.*

SUGESTÃO: *Quando tiver parado o gravador de registos e antes de o repor, pode aceder ao livro de registos e visualizar as gravações actuais.*

6 UTILIZAR O MODO COMPASS

O modo **COMPASS** permite-lhe orientar-se em relação ao Norte magnético. No modo **COMPASS** pode aceder aos seguintes ecrãs com [View]:

- Hora: apresenta a hora actual
- Cardeais: Mostra a rota actual nas direcções cardinais
- Orientação: Mostra a diferença entre a rota e a direcção definida

6.1 Obter leituras correctas

Para garantir leituras correctas da bússola enquanto estiver no modo **COMPASS**:

- Calibre a bússola correctamente quando solicitado (consulte *secção 6.1.1 Calibrar a bússola na página 32*)
- Defina o valor de declinação inclinação correcto
- Mantenha o dispositivo nivelado
- Mantenha o dispositivo afastado de metais (jóias) e de campos magnéticos (linhas eléctricas).

6.1.1 Calibrar a bússola

O dispositivo necessita de ser cuidadosamente calibrado durante a primeira utilização, e quando a bateria é substituída. O dispositivo informá-lo-á quando a calibração for necessária.

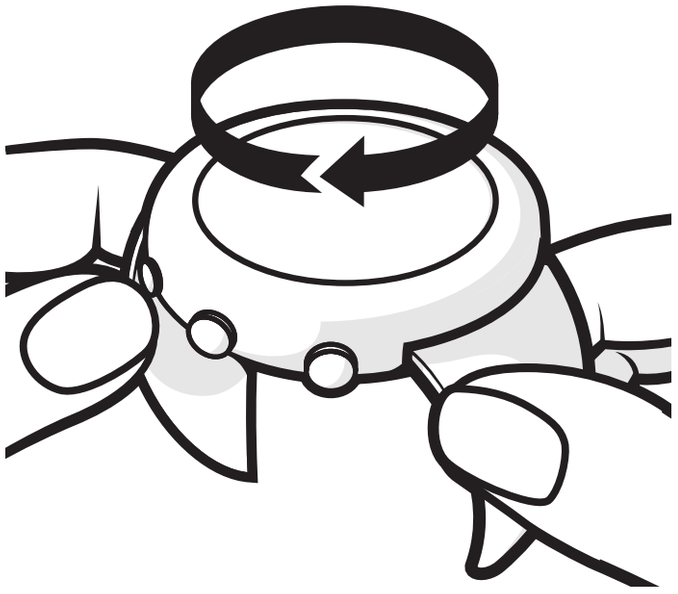
Para calibrar a bússola:

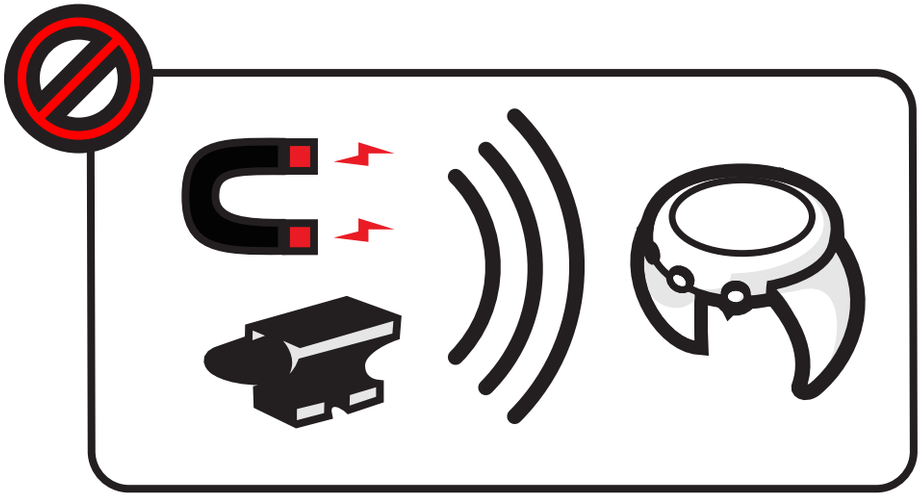
1. Mantenha o dispositivo nivelado, sem o inclinar para qualquer direcção.
2. Rode lentamente o dispositivo no sentido dos ponteiros do relógio (cerca de 15 segundos por volta) até a bússola ser activada.

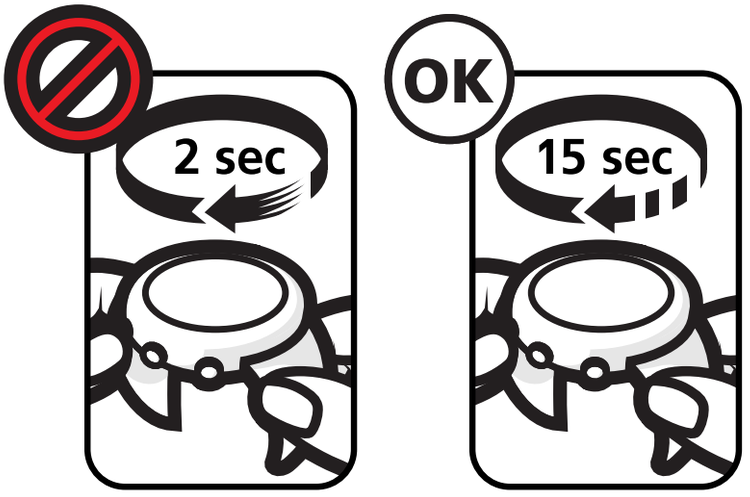
NOTA: *Mantenha o dispositivo afastado de metais (jóias) e de campos magnéticos (linhas eléctricas).*

COMPASS

EN: Keep level rotate
DE: Horizontal halten drehen
FR: maintenir a niveau tourner
ES: mantener giro de nivel

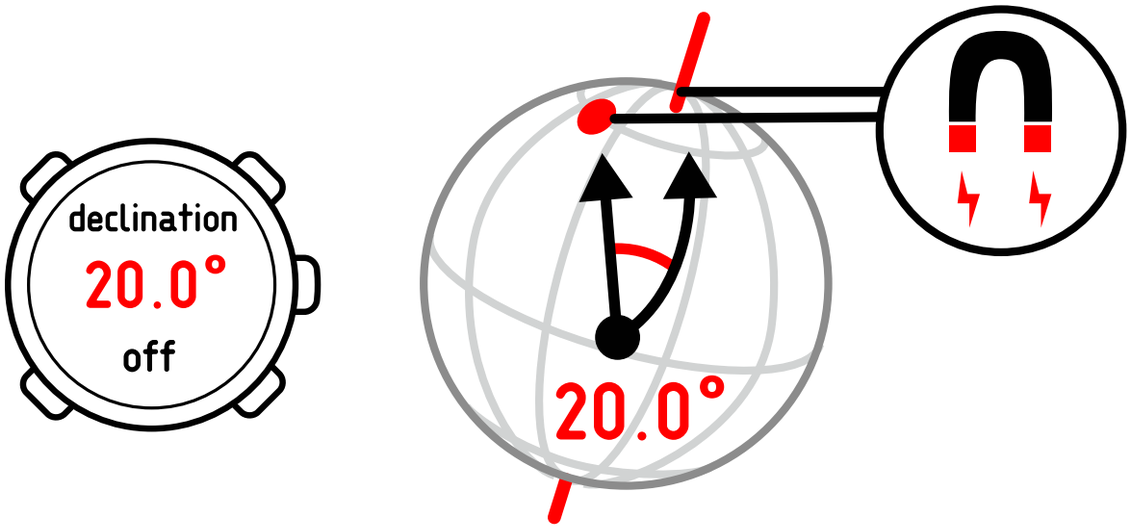






6.1.2 Definir valor de declinação

Os mapas de papel apontam para o Norte verdadeiro. Contudo, as bússolas apontam para o Norte magnético – uma região acima da Terra para onde os campos magnéticos da Terra puxam. Dado que o Norte magnético e o Norte verdadeiro não são no mesmo local, é necessário definir a declinação na bússola. A sua declinação é o ângulo entre o Norte magnético e o verdadeiro.



O valor de declinação aparece na maioria dos mapas. O local do Norte magnético muda anualmente, como tal pode obter o valor de declinação mais preciso e actualizado na Internet (por exemplo, no National Geophysical Data Center nos EUA).

Mas os mapas de orientação são desenhados em relação ao Norte magnético. Isto significa que quando utiliza mapas de orientação, é necessário desactivar a correcção de declinação definindo o valor de declinação para 0 graus.

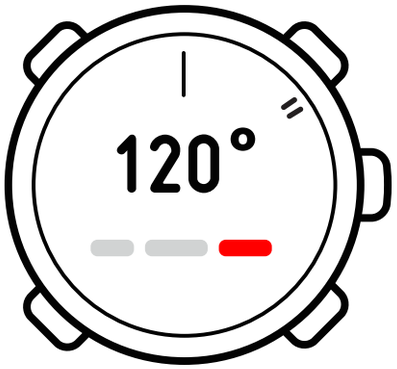
Para definir o valor de declinação:

1. Em **MENU**, seleccione **COMPASS**.
2. Desactive a declinação ou escolha **W** (oeste) ou **E** (este).
3. Defina o valor de declinação com os botões [+] e [- Light].

6.2 Utilizar a bússola

Quando estiver no modo **COMPASS**, visualiza dois segmentos móveis no rebordo do visor. Estes estão a apontar para Norte. A risca ao meio-dia apresenta-lhe o seu rumo e funciona como uma seta de direcção de bússola. O valor numérico do seu rumo é apresentado a meio do visor.

TIME ALTI & BARO COMPASS



No modo **COMPASS** pode aceder aos seguintes ecrãs com [View]:

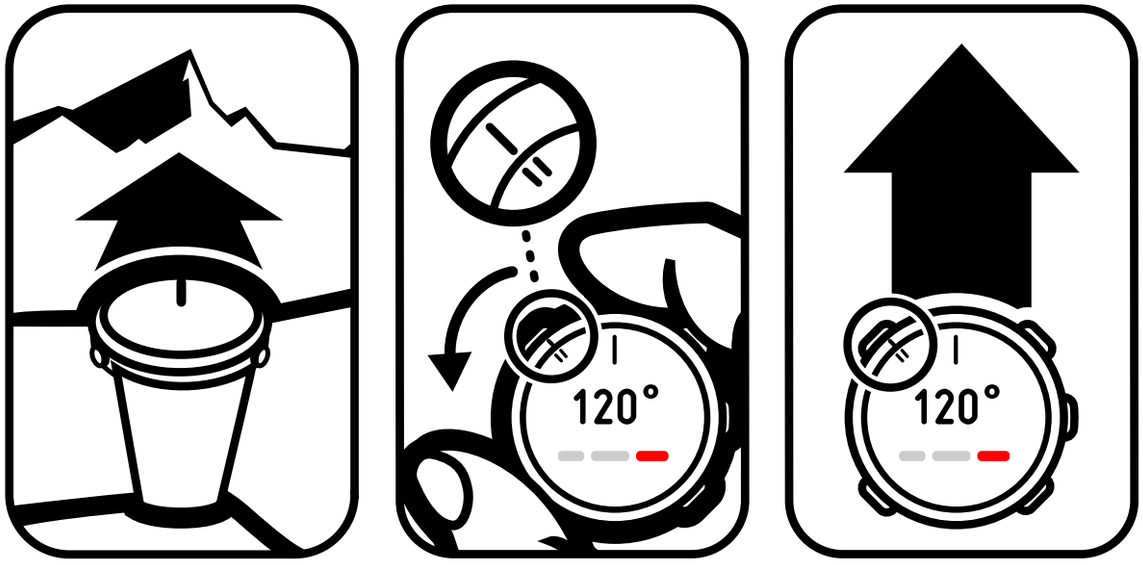
- Hora: apresenta a hora actual
- Cardeais: Mostra a rota actual nas direcções cardinais
- Orientação: Mostra a diferença entre a rota e a direcção definida

A bússola passará automaticamente para o modo de economia de energia após um minuto. Volte a activar a bússola com o botão [Start Stop].

É possível utilizar a bússola de duas formas: pode utilizar o bisel ou a orientação.

6.2.1 Utilizar o bisel

Pode utilizar o seu Suunto Core como uma bússola tradicional deslocando o bisel exterior de acordo com os segmentos móveis que indicam o Norte e seguindo a direcção.

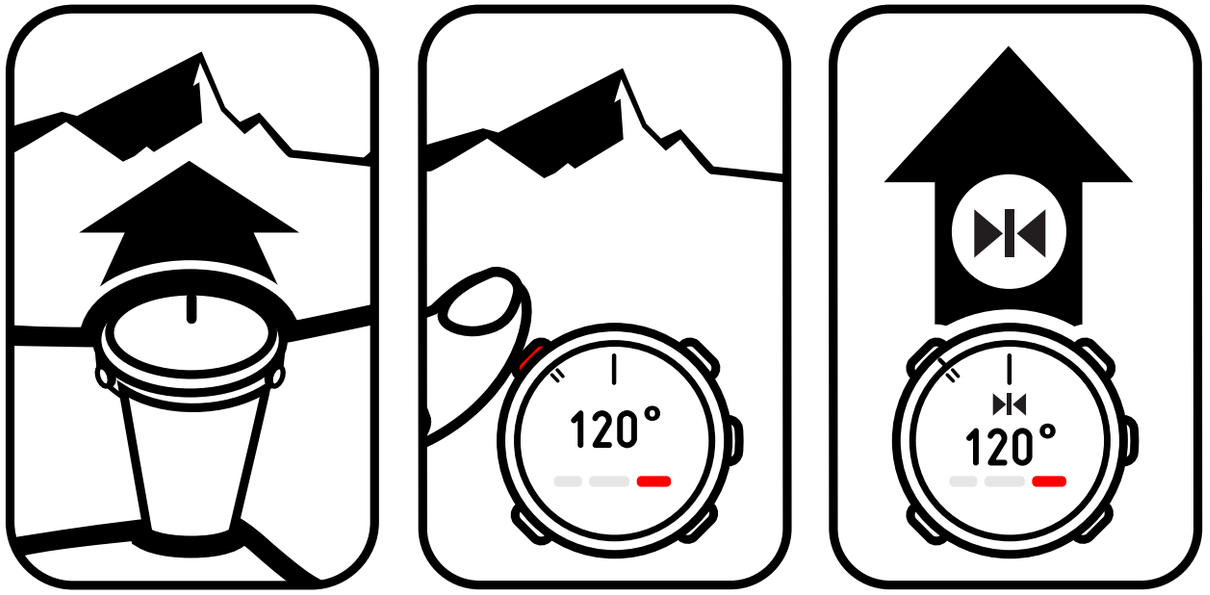


Para utilizar o bisel:

1. No modo **COMPASS**, aponte o indicador de Norte na direcção que pretende.
2. Rode o bisel móvel de forma que o Norte no bisel e os segmentos móveis de Norte estejam alinhados.
3. Desloque-se na direcção do seu rumo, mantendo os segmentos móveis de Norte alinhados com o Norte no bisel.

6.2.2 Utilizar a orientação

Na orientação pode bloquear um rumo (direcção) e a bússola do Suunto Core irá guiá-lo nesse rumo.



Para utilizar a orientação:

1. Aponte a seta de direcção da bússola na direcção em que pretende caminhar e prima [Start Stop]. A direcção está agora bloqueada. A sua direcção actual é indicada a meio do visor e irá alterar-se de acordo com as suas movimentações.
2. As setas na linha superior do visor indicam-lhe a direcção que tem que tomar para continuar no rumo que pretende. O símbolo ⏭ confirma que está na direcção correcta.

NOTA: *Se premir [- Light] activa também a luz de fundo.*

Situação de vida real possível: Manter uma orientação visual

Está a caminhar e atingiu uma encosta íngreme. A olhar para o vale lá em baixo, vê uma cabina noutra encosta. Decide caminhar até à cabina através do vale. Aponta a seta de direcção da bússola do Suunto Core na direcção da cabine e bloqueie esse rumo. Quando estiver no vale, a seta na linha superior do visor

mostra-lhe para onde deve ir. Dado que a bússola só fica activada durante 40 segundos de cada vez para poupar a pilha, ocasionalmente é necessário reiniciar a bússola para verificar o seu rumo. Esteja atento a isso e chegará lá rapidamente.

7 UTILIZAR A MEMÓRIA

7.1 Memória Alti-Baro

A função **ALTI-BARO** regista automaticamente alterações na altitude ou na pressão atmosférica ao nível do mar durante os últimos 7 dias. As informações serão guardadas no perfil que estiver activado no momento do registo. Os registos são guardados de hora em hora.

Para visualizar os registos dos últimos 7 dias:

1. Em **MEMORY**, seleccione **ALTI-BARO**.
2. Utilize [+] e [- Light] para percorrer os registos.

Situação de vida real possível: Prever as condições climatéricas

*Está a acampar nas montanhas. Quer prever as condições climatéricas de amanhã, para isso liga o seu Suunto Core no perfil **BAROMETER** durante a noite. De manhã verifica a memória **ALTI-BARO** e observe se a pressão atmosférica se manteve estável durante a noite. Com sorte, essa condição continuará durante o dia.*

7.2 Visualizar e bloquear registos

Os registos gravados pelo gravador de registos no perfil **ALTIMETER**, **BAROMETER** ou **DEPTH METER** são guardados em **LOGBOOK**. Pode guardar até 10 registos. Um registo novo substitui sempre o registo mais antigo em **LOGBOOK**. Para guardar os registos, pode bloqueá-los. O símbolo de bloqueio 🔒 é mostrado quando um registo é bloqueado. Mas só pode bloquear até 9 registos.

Quando aceder a **LOGBOOK**, visualiza o número de registos desbloqueados. Pode então escolher se quer visualizar ou bloquear os registos.

Quando visualiza os registos, é primeiro apresentada uma lista dos registos disponíveis com horas e datas. Pode percorrer e aceder a cada registo para visualizar as informações sumárias e os pormenores.

7.2.1 Visualizar registos

Quando visualiza os resumos dos registos, é-lhe apresentado

- Um gráfico sumário, hora da gravação e ponto mais elevado
- Descida total, duração da descida e velocidade média da descida
- Subida total, duração da subida e velocidade média da subida
- Tempo de divisão do altímetro (duração do registo total desde o início) e tempos de volta (duração desde a última volta)

Quando visualiza os pormenores dos registos, é-lhe apresentado

- Um gráfico das mudanças de altitude
- A hora da gravação
- A altitude/profundidade na altura da gravação

Para visualizar os registos:

1. Em **MEMORY**, seleccione **LOGBOOK**.
2. Escolha um registo da lista.
3. Seleccione **VIEW**.
4. Percorra os resumos dos registos com os botões [+] e [- Light].
5. Visualize os pormenores dos registos com o botão [Mode].
6. Aumente ou diminua a velocidade com que percorre os registos e mude de direcção com os botões [+] e [- Light]. Pare com [Mode].

NOTA: *Quando percorrer o gráfico, a sua posição actual é no centro do gráfico.*

NOTA: *Só os registos do altímetro incluem resumos.*

7.2.2 Bloquear e desbloquear registos

Para bloquear ou desbloquear registos:

1. Em **MEMORY**, seleccione **LOGBOOK**.
2. Escolha um registo da lista.
3. Seleccione **LOCK / UNLOCK**.
4. Bloqueio/desbloqueie o registo com [Mode]
   OU
   Cancele com [View].

7.3 Escolher o intervalo de gravação

Pode escolher o intervalo de gravação em **REC INTERVAL** em **MENU**.

Tem cinco intervalos de gravações à escolha:

- 1 segundo
- 5 segundos
- 10 segundos
- 30 segundos
- 60 segundos

Quando percorrer este menu, o tempo de gravação disponível é apresentado na parte inferior do visor.

Para escolher um intervalo de gravação:

1. Em **MEMORY**, seleccione **REC INTERVAL**.
2. Escolha um intervalo de gravação com os botões [+] e [- Light].

SUGESTÃO: *É melhor utilizar um intervalo de gravação mais rápido para actividades de curta duração com rápidas alterações em altitude (por exemplo, descidas em esqui). Um intervalo de gravação mais lento é mais adequado para actividades de longa duração com alterações lentas em altitude (por exemplo, caminhadas).*

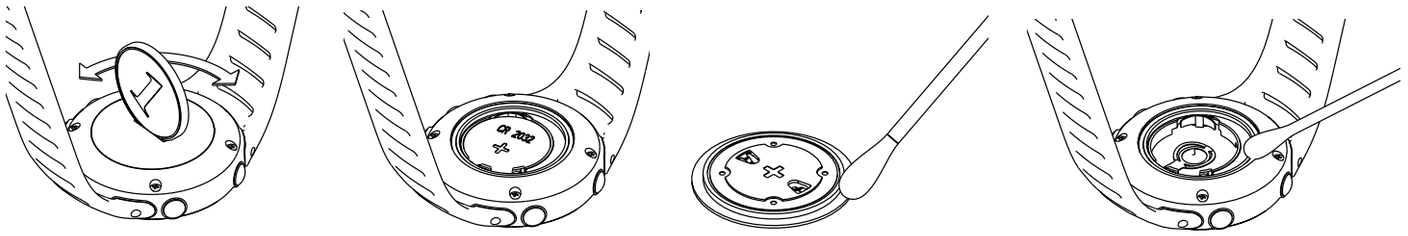
8 SUBSTITUIR A PILHA

O seu Suunto Core funciona com uma pilha de lítio de 3 volts, tipo: CR 2032.

NOTA: *De forma a reduzir o risco de incêndios ou queimaduras, não esmague, não perfure nem elimine as pilhas usadas no fogo e em água. Substitua a pilha apenas por uma pilha aprovada pelo fabricante. Recicle ou elimine devidamente as pilhas usadas.*

Para substituir a pilha:

1. Utilize uma moeda para abrir o compartimento da pilha na parte posterior do dispositivo. Certifique-se de que tanto o anel em O como todas as superfícies estão limpas e secas.
2. Retire a pilha usada.
3. Coloque a nova pilha no respectivo compartimento com o lado positivo virado para cima.
4. Faça deslizar a pilha, com cuidado, para o terminal de contacto, garantindo que este não se parte nem dobra.
5. Quando colocar novamente a tampa, rode-a com cuidado no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio com o dedo, de forma a alinhar as roscas. A tampa deverá rodar facilmente sem ter que a forçar. Se tiver que a forçar, as roscas estão desalinhadas e poderão estar danificadas.
6. Aperte a tampa.



NOTA: *As marcas na tampa poderão ficar desalinhadas depois de apertar a tampa. Isso não é importante. Se a tampa não apresentar danos, não é necessário substituí-la.*

NOTA: *Se as roscas da tampa do compartimento da pilha estiverem danificadas, envie o dispositivo para um representante Suunto autorizado para que seja efectuada a devida manutenção.*

NOTA: *Substitua a pilha com muito cuidado, garantindo que o seu Suunto Core continua à prova de água. Uma substituição descuidada da pilha poderá anular a garantia.*

NOTA: *A utilização frequente da luz de fundo irá reduzir significativamente a duração da vida útil da pilha.*

9 ESPECIFICAÇÕES

9.1 Dados técnicos

Geral

- Temperatura de funcionamento entre -20 °C e +60 °C / -4 °F e +140 °F
- Temperatura de armazenamento entre -30 °C e +60 °C / -22°F e +140 °F
- À prova de água 30 m / 100 pés (de acordo com a norma ISO 2281)
- Vidro mineral
- Pilha CR2032, pode ser substituída pelo utilizador

Altímetro

- Intervalo de visualização entre -500 m e 9.000 m / -49.987,20 cm e 998.524,80 cm
- Resolução 1 m / 3 pés

Barómetro

- Intervalo de visualização entre 300 e 1100 hPa / 8,8 e 32,6 inHg
- Resolução 1 hPa / 0,03 inHg

Indicador de profundidade

- Intervalo de visualização de profundidade entre 0 e 10 m / 0 e 32,8 ft
- Resolução 0,1m

Termómetro

- Intervalo de visualização entre -20 °C e 60 °C / -4 °F e 140 °F
- Resolução 1 °C / 1 °F

Bússola

- Resolução 1°

9.2 Marca comercial

Suunto, Wristop Computer, Suunto Core e os respectivos logótipos e outras marcas e nomes comerciais da Suunto são marcas registadas ou não registadas da Suunto Oy. Todos os direitos reservados.

9.3 Copyright

Copyright © Suunto Oy 2007. Todos os direitos reservados. Esta publicação e o respectivo conteúdo são propriedade da Suunto Oy, e destinam-se unicamente para que os seus clientes possam obter instruções e informações sobre o funcionamento dos produtos Suunto Core. O conteúdo não deverá ser utilizado nem distribuído para qualquer outra finalidade e/ou comunicado, divulgado ou reproduzido de outro modo sem o consentimento prévio por escrito da Suunto Oy.

Apesar de termos tido o máximo de cuidado para assegurarmos que as informações contidas nesta documentação são de fácil compreensão e precisas, não existe qualquer garantia de exactidão, expressa ou implícita. O conteúdo está sujeito a alterações a qualquer momento sem aviso prévio. A versão mais recente desta documentação podem ser sempre descarregada em www.suunto.com.

9.4 CE

A marca CE é utilizada para indicar a conformidade com as directivas EMC 2004/108/EY e 99/5/EEC da União Europeia.

9.5 Aviso de patente

Este produto está protegido pelo pedido de Patente nos EUA número 11/152,076 e patentes correspondentes ou aplicações de patente noutros países. Os pedidos de patente adicionais estão pendentes.

9.6 Eliminação do aparelho

Agradecemos que elimine o aparelho de forma adequada, tratando-o como resíduo electrónico. Não o deite juntamente com os resíduos domésticos. Se o desejar, pode devolver o aparelho ao representante da Suunto mais próximo.

Índice

A

alarme, 15
alarme de tempestade, 22
alterar
    bloqueio de botões, 10
    definições de hora, 11
    guias de tons, 8
    idioma, 9
    retro-iluminação, 9
    tom dos botões, 8
    unidades, 7

B

bisel, 36
bloquear e desbloquear registos, 42
bloquear registos, 40
bloqueio de botões, 10
bússola
    calibrar, 32
    utilizar, 36

C

calibrar a bússola, 32
CE, 48
cronómetro, 14

D

dados técnicos, 46
data, 12
definição
    alarme, 15
definições gerais, 7
    bloqueio de botões, 10
    guias de tons, 8
    idioma, 9
    retro-iluminação, 9
    tom dos botões, 8
    unidades, 7
definir
    data, 12
    hora dual, 12
    horas, 12
    nascer e pôr-do-sol, 13
    perfis, 20
    valores de referência, 20
divisão, 41

G

gravar registos, 24, 28
guias de tons, 8

H

hora dual, 12
horas, 12

I

idioma, 9
indicador de tendência climatérica, 21
intervalo de gravação, 42

L

leituras
    correctas, 17
    incorrectas, 18
leituras incorrectas, 18

M

Marca comercial, 47
medidor da diferença de altitude, 24
memória, 40
    bloquear e desbloquear registos, 42
    bloquear registos, 40
    intervalo de gravação, 42
    visualizar registos, 40, 41
modo ALTI & BARO, 17
modos
    ALTI & BARO, 17
    COMPASS, 32
    TIME, 11
modo TIME, 11

N

nascer e pôr-do-sol, 13

O

obter leituras correctas, 32
orientação, 37

P

perfil altimeter , 23
perfil automatic, 28
perfil barometer , 26
perfil depth meter , 29
perfis
    altimeter, 23
    automatic, 28
    barometer, 26
    depth meter, 29
pilha
    substituir, 44

pulseira
ajustar o comprimento, 7

R

registos
bloquear, 40, 42
desbloquear, 42
gravar, 24, 28, 30
visualizar, 40, 41
retro-iluminação, 9

S

substituir
pilha, 44

T

temporizador, 14
tom dos botões, 8

U

utilizar o modo ALTI & BARO, 17
alarme de tempestade, 22
indicador de tendência climatérica, 21
leituras correctas, 17
leituras incorrectas, 18
medidor da diferença de altitude, 24
perfis, 19, 20, 23, 26, 28, 29
valores de referência, 20
utilizar o modo COMPASS
bisel, 36
bússola, 36
calibrar, 32
definir valor de declinação, 35
ecrãs, 32
leituras correctas, 32
orientação, 37
utilizar o modo TIME, 11
alarme, 15
cronómetro, 14
data, 12
hora dual, 12
horas, 12
nascer e pôr-do-sol, 13
temporizador, 14
utilizar perfis
altimeter, 23
automatic, 28
barometer, 26
depth meter, 29

V

valor de declinação, 35
visualizar registos, 40, 41
volta, 41

SUUNTO

www.suunto.com

Copyright © Suunto Oy 6/2007, 9/2007.
All rights reserved.